

17

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.06.26



| Наименование блюда                            | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество | ВО |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|----------------------|----|
| <b>Лагерь Завтрак 7-11 лет</b>                |               |                    |             |             |              |                      |    |
| Масло шоколадное                              | 15            | 98                 | 0,2         | 9,3         | 3,3          | 0,3                  |    |
| Каша молочная " Дружба " с маслом             | 150/5         | 168                | 4,7         | 6,6         | 22,5         | 2,3                  |    |
| Чай с сахаром                                 | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                  |    |
| Йогурт 1/100                                  | 1шт           | 82                 | 2,8         | 2,8         | 11,5         | 1,2                  |    |
| Батон витаминный с микронутриентами           | 40            | 112                | 3,2         | 0,8         | 22,9         | 2,2                  |    |
|   |               | <b>481</b>         | <b>11,1</b> | <b>19,6</b> | <b>65,2</b>  | <b>6,5</b>           |    |
| <b>Лагерь Обед 7-11 лет</b>                   |               |                    |             |             |              |                      |    |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью | 200           | 72                 | 1,4         | 3,9         | 7,9          | 0,8                  |    |
| Биточки домашние                              | 100           | 198                | 13,8        | 11,3        | 10,1         | 1                    |    |
| Рожки отварные                                | 150           | 178                | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 2,8                  |    |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)                 | 65            | 13                 | 0,7         | 0,1         | 2,5          | 0,2                  |    |
| Яблоко  | 1 шт          | 62                 | 0,5         | 0,5         | 13,7         | 1,4                  |    |
| Компот из ягод                                | 200           | 49                 | 0,2         | 0,1         | 12           | 1,2                  |    |
| Хлеб полезный с микронутриентами              | 25            | 53                 | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                  |    |
| Батон витаминный с микронутриентами           | 42            | 118                | 3,3         | 0,8         | 24           | 2,4                  |    |
|   |               | <b>748</b>         | <b>27,3</b> | <b>22,4</b> | <b>110,1</b> | <b>11,0</b>          |    |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>245,53</b> | <b>1229</b>        | <b>38,4</b> | <b>41,6</b> | <b>175,3</b> | <b>17,5</b>          |    |

Инженер-технолог  
Горячкина Н.Н.

Калькулятор  
Малышева Г.А.

\* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.